

Die Kraft des Olivenbaums als Lebenselixier

Dass das Olivenöl als gesundes Nahrungs- und effizientes Heilmittel gilt, ist schon seit Urzeiten bekannt. Doch dass alle Bestandteile des Olivenbaums zu Therapiezwecken eingesetzt werden können, wurde erst seit Kurzem wiederentdeckt. In der Olivenbaum-Therapie „Oliveda“ wurden diese Kenntnisse zusammengefasst und weiterentwickelt.

Oft vergessen wir, dass das Gute ja so nah liegt und greifen nach orientalischen, weit hergebrachten und überlieferten Kenntnissen, um unseren Körper und das Immunsystem in seinen Abwehrkräften zu unterstützen. Der Olivenbaum hingegen, mit richtigem Namen „olea europea“ genannt, ist eine westliche Pflanze, die, wie der Name es schon sagt, aus rein europäischer Herkunft stammt und viele positive Wirkstoffe enthält. Schon im Alten Testament ist von den „heilbringenden Kräften des ölbringenden Baums“ die Rede. Angebaut wird diese älteste Kulturpflanze der Menschheit vor allem in mediterranen Gebieten; das Tessin gilt in unseren Breiten als nördlichstes Olivenbaum-Anbaugebiet Europas und nächster Zulieferer der wertvollen Bestandteile des Baumes. Nur gingen die Erkenntnisse über diesen Wunderbaum im Laufe der Zeit verloren, wie so manche althergebrachte Kenntnisse der westlichen Welt. Nun aber wurde altes und neues Wissen zusammengetragen und in der Olivenbaum-Therapie „oliveda“ auf den Punkt gebracht.

Wundermittel Oleuropein

Die Olivenbaum-Therapie gilt als ganzheitliche Symbiose von Heilpflanzenkunde, Physiotherapie und gesunder Ernährung und geht davon aus, dass jeder Alterungsprozess eine Oxidation bedeutet und man diesem mit antioxidanten Wirkstoffen erfolgreich entgegenwirken kann. Dieser im Olivenbaum enthaltene antioxidante Wirkstoff heisst Oleuropein und ist der Hauptgrund dafür, dass die Olivenbäume bis zu 1000 Jahre alt werden können.

Das Oleuropein übt diese positive Wirkung auch auf den menschlichen Organismus aus; als „Happy-Aging-Mittel“ wird es in Form eines Olivenblatt-Extraktes eingesetzt und trägt zu einem harmonischen und gesunden Alterungsprozess bei. Die Olivenblätter sowie die Extrakte daraus sind denn auch die wichtigsten Zutaten der Olivenbaum-Therapie. Erstere werden mühsam von Hand geerntet; für einen Liter Extrakt braucht man nämlich sieben Kilo Blätter! Durch das Pflücken wird der Baum jedoch zum Wachstum angeregt und gleichzeitig verjüngt. Das Extrakt schützt den Körper durch seine stark vitalisierende Wirkung vor Schädlingen wie Bakterien, Viren und Pilze und kann deshalb nicht nur als tägliches Aufbaumittel, sondern auch als natürliches Antibiotikum eingesetzt werden. Übrigens: Die Konzentration von Oleuropein ist in den Olivenblättern 3000mal höher als im Olivenöl!

In Kombination mit mediterraner Ernährung

Am erfolgreichsten wirkt die Olivenbaum-Therapie in Kombination mit der mediterranen Ernährung (Stichwort Olivenöl), wie die bekannte Ernährungsberaterin und Kochbuchautorin Erica Bänziger betont: „Das Olivenöl wird in der mediterranen Ernährung täglich eingesetzt und ist viel bekömmlicher als die herkömmlichen Fette“, weiss sie. Es ist ihr ein Anliegen, den Leuten möglichst viel Wissen über die mediterrane Ernährung weiterzugeben und sie zu motivieren, ihren Geschmackssinn wieder zu entdecken und zu erleben: „Die Qualität des Olivenöls spielt beim Kochen eine äusserst wichtige Rolle“, erklärt sie – „am besten, man kauft es bei einem Direktproduzenten und so frisch wie möglich.“ Als Olivenbaum-Therapeutin und Wahltesinerin hat sie die Olivenplantagen ständig im Blickwinkel und erlebt die Umwandlung der Olivenblätter in Extrakte und Tees hautnah mit. Ihre Kundschaft berät sie denn auch aus eigener Erfahrung: „Vom Olivenbaum können wir alle Bestandteile in der Oliveda-Therapie einsetzen. Aus den Blättern werden Tees und Tinkturen hergestellt und aus den Blattknospen homöopathische Heilmittel“, erklärt die Fachfrau. Die Extrakte werden zusätzlich mit Granatapfel- oder Camu Camu-Extrakten angereichert, was die Wirkung des Heilmittels erhöht.

Kosmetiklinie vom Olivenbaum

Doch nicht nur nahrungsergänzende Mittel, sondern auch eine komplette Kosmetiklinie bietet Oliveda: „Das Olivenöl und die Extrakte in den Kosmetika tragen dazu bei, dank den darin enthaltenen Antioxidantien unter anderem der Hautalterung entgegenzuwirken“, erklärt Erica Bänziger. Der hohe Vitamin-E-Gehalt sorgt für Elastizität und Geschmeidigkeit der Haut. Als Weltneuheit werden die Kosmetika aus dem Presssaft von frischen Olivenblättern hergestellt, was den bereits vorhandenen natürlichen „Jungbrunnenaspekt“ noch zusätzlich verstärkt. Sogar die alten Römer wussten um den hohen Wert des Olivenöls in der Schönheits- und Körperpflege: Sie ölten sich jeweils nach dem Baden ein und entfernten das überschüssige Öl mit einem Schaber. Dies war eine sehr effiziente Reinigung, denn so entfernten sie nicht nur Schmutz und Fette, gleichzeitig die Haut.

Mehr Information bei: www.Oliven-Baum-Kraft.ch , www.ericabänziger.ch

Buchtipp: Frohn Birgit, Olivenbaum-Therapie, AT-Verlag, Baden, www.at-verlag.ch , ISBN 978-3-03800-414-1